

Anky van Grunsven: de achtergronden van een top carrière

Anky van Grunsven en Salinero



Na de mondiale successen met toppaard Bonfire, in de periode 1994-2000, staat amazone Anky van Grunsven voor een nieuwe uitdaging. Een tweede individuele gouden medaille tijdens de Olympische Spelen van 2004 in Athene is het doel. De talentvolle doch onervaren Salinero wordt opgeleid voor het grote werk. Ondertussen verloopt de aanloop naar de Spelen desastreus, met als absoluut dieptepunt het overlijden van Anky haar vader. De inspirator die voor en met haar de weg naar het paardrijden en de ontwikkeling daarin baande en er bij de wedstrijden altijd bij was.

Door alle verdriet wilde Anky aanvankelijk Athene 2004 laten voor wat het was. Uiteindelijk besloot ze om in de geest van de drive van haar vader wel te gaan. Ondanks alle tegenslag behaalde ze daar haar tweede individuele gouden medaille, een gelet op de omstandigheden even onverwachte als ongekende prestatie. Andere Tijden Sport documenteert dit in de uitzending van 26 juli onder de veelzeggende titel 'In de naam van de vader'. Een bijzonder verhaal over de vrouw die als eerste Nederlander op vijf opeenvolgende Olympische Spelen eremetaal won en nog steeds bovenaan de vaderlandse lijst prijkt met de meeste gewonnen medailles tijdens Zomerspelen.

Het team managen.

In de voorbeschuiving in het televisieprogramma Op1 opent Anky door te vertellen dat zij weliswaar de titels op haar naam kreeg, maar dat ze daarbij een groot team van specialisten met hoge kwaliteit om haar heen had. Een team dat bestond uit familie - echtgenoot Sjef Janssen was haar trainer en coach, nadat vader Wim die rol jarenlang uitoefende – intimi maar ook uit anderen zoals op mentaal en (para)medisch gebied. En een voorloper in het professioneel laten arrangeren van de begeleidende muziek voor de Kür. Daarnaast het

gedeelte om de paarden heen, zoals de groom, de dierenarts, de hoefsmid. Van Grunsven: "Het is een manier van leven, het is niet dat je het alleen doet en dat het zich daartoe beperkt."

Peter Murphy was degene die de behoefte op mentaal en coaching gebied ondersteunde en zo bij de carrière van de amazone betrokken werd. Over het ontstaan van de band vertelt Murphy: "Toevalligerwijs ontmoette ik Sjef, eigenlijk hadden we meteen een klik en hij nodigde mij uit om in Erp naar de training te komen kijken. Wat ik daar aantrof had ik mijn coaching carrière nog niet meegemaakt". Hij licht het als volgt toe. "Anky en Sjef waren en zijn in staat om een team uitstekend te managen, daar zit een grote natuurlijke kracht. Het zorgt voor een topsportomgeving, logistieke efficiëntie, welzijn van mens en dier, een even grote als consequente trainingsdiscipline met doortimmerde periodisering en planning. Dit is ook wat bij Anky past en haar gemakkelijk afgaat. Evenals een geweldig doorzettingsvermogen en talent voor slim trainen, zoals steeds goed het verschil tussen proces en resultaat voor ogen hebben en daar gedisciplineerd naar handelen en leven."

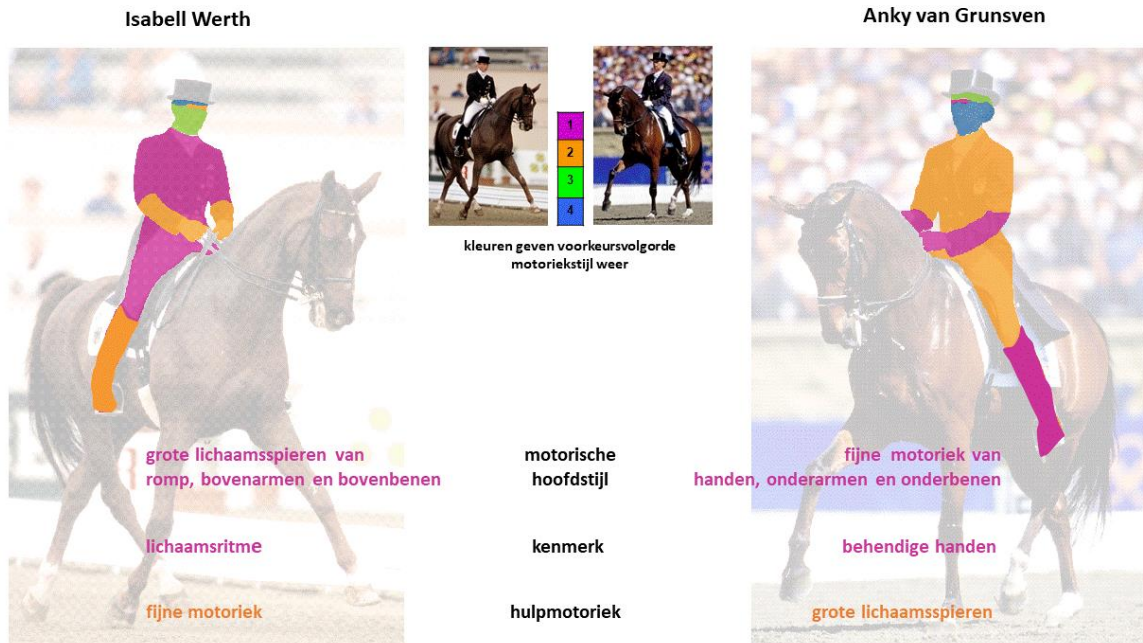
Reflectie.

Voor Anky was dit de manier waarop je topsport bedrijft, destijds in volle overtuiging dat het voor iedereen zo zou gelden. Vandaar dat ze lange tijd met verbazing de benadering van haar Duitse tegenstreefster Isabell Werth beschouwde, die eveneens goed was voor wereldtitels en Olympisch goud. Niet alleen cognitief kent zij een heel andere aanpak, maar ook in het motorische, de manier van rijden waren de verschillen kenmerkend. Een ander persoon, een andere ruiter.

Mensen verschillen in hun voorkeurshandelen en diepe drijfveren. In Erp en Duitsland ontstond voor Murphy de gelegenheid om Isabell Werth in persoonlijke ontmoetingen met ActionTypes te profileren. "De uitkomsten vormden voor Sjef en Anky een eyeopener, ook naar anderen in de hippische dressuurwereld. Ze kregen voor ogen dat voor andere ruiters andere oplossingen opportuun zijn, zowel als het om de cognitieve en emotionele benadering als om het motorisch handelen gaat. En dat vormt een enorme meerwaarde, al is het alleen al omdat het de valkuilen van *Be Like Me* en *One Size Fits All* vermijdt."

Van Grunsven hierover in het boek Totaalcoachen XL. "Toen Peter mij met ActionTypes zo raak typeerde, stond ik met mijn oren te klapperen. Het was allemaal zo herkenbaar. Ook mijn motorische stijl tekende hij zo uit. Dat kan hij niet weten dacht ik nog. Ik was mij niet zo bewust van een aantal zaken. Zo vertelde hij me dat ik behendige handen als talent heb meegekregen. Natuurlijk werd ik toen ook benieuwd naar de motorische stijl van mijn grote concurrente, Isabell Werth. Ik had wel het idee dat zij anders reed, maar wist niet precies hoe. Nu weet ik dat zij meer vanuit haar grote lichaamsspieren handelt, waardoor ze een zeer goede lichaamsbeheersing ontwikkeld heeft. Precies omgekeerd aan mijn fijnmotorisch handelen dus. Ook als mens verschillen wij aanzienlijk. Ik wil als het even kan op tijd klaar zijn, iets afronden en plan graag. Je zou kunnen zeggen dat ik controle wil over wat ik doe. Isabell houdt er meer van om te improviseren, op het laatste moment nog aanpassingen te doen en is veel losser in de training en bij het inrijden. Moet ik als het even kan niet aan denken ..."

Afbeelding: Vergelijking motorische voorkeurstijlen Isabell en Anky.



Relatie sporter en trainer-coach.

Sjef en Anky verschillen, naast het onderscheid tussen voorkeuren voor respectievelijk introversie en extraversie, qua profiel nauwelijks. Dat brengt ook valkuilen met zich mee omdat bepaalde invalshoeken gemakkelijk onderbelicht blijven. Zoals het omgaan met gevoel en emoties. Dat inzicht ontstond dankzij de inbreng van Peter Murphy. Wat Janssen en Van Grunsven beiden kenmerkt, is gestructureerd werken en zeker ook een grote realiteitszin. Het is zoals het is, daar wordt absoluut niet om heen gedraaid. Iets dat zich ook in kritische houdingen tijdens trainingen manifesteerde. Bij Sjef was het eigenlijk nooit goed genoeg, een attitude die ze ook al bij haar vader gewend was. De basis moet goed zijn, tot in detail.”

Peter: “Anky heeft het vermogen kritische noten functioneel te beschouwen en zich voor het overige daarvan af te sluiten. Ze bleek heel goed in staat de rollen van Sjef als echtgenoot en trainer-coach te scheiden. Een aantal jaren heb ik wekelijks veel trainingen geobserveerd. Wat gebeurt er in de interactie, in de communicatie, hoe reageert de ander er op, wat betekent het? Daar is ook het verschil tussen enerzijds instructie en anderzijds het trainen, coachen en vormen in relatie tot de individuele identiteit ingebracht. Kortom maatwerk en tegelijkertijd meer compleet raken om waar nodig aan te kunnen passen.”

“Wat ook naar voren kwam, is dat Anky en ik totaal verschillend zijn in hoe wij naar de werkelijkheid kijken en van nature handelen. Bij haar voorkeuren zoals hier en nu georiënteerd, zintuiglijke details, rationele logica, controlebehoefte en stap voor stap leren, komt Sjef aardig in de buurt. Bij mij werkt het echter heel anders. Dat verschil is fascinerend. De belevingswereld van de ander is elke dag boeiend: hoe werkt het wel en niet bij de sporter die ik begeleid, welke reacties komen dan naar voren, wat betekent het voor de samenwerking en het leren? Er valt voor elke trainer-coach op die manier veel te halen, mits je er oog en oor voor hebt. Zo moest ik kunnen leveren wat er in de wereld van Anky en Sjef past, zonder mijn authenticiteit daarin te verliezen. Het verrijkt je als trainer-coach enorm, waarmee je leert schakelen naar wat de ander nodig heeft.”

Aanvullende vaardigheden.

Peter vervolgt zijn betoog. “Voor mij vormde de vergelijking van verschillen met Isabell ook meteen de entree bij Anky om in te brengen wat ze nodig kon hebben als haar gevoel onder stress opspeelt of als er onder onvoorziene omstandigheden geïmproviseerd dient te worden. Werth laat zien dat er ook dan kansrijke alternatieven zijn, als je maar steeds onverdroten je

ding blijft doen. Die kalme vastberadenheid is wat Van Grunsven zich eigen heeft gemaakt. Sjef is iemand die veel oplossingsgericht traint. Welke scenario's lossen iets op, of raak je in paniek en zo de weg kwijt? Mindere acties overkomen je tijdens een proef en hoe los je dat dan op. In mijn ogen was hij zijn collega's ver voor met zijn kijk op trainen. Het kwam in de aanloop van en tijdens de Spelen van Athene allemaal bijzonder van pas", aldus Murphy.

Na een serie tegenslagen, waaronder het een tijdlang uitgeschakeld zijn door een bovenbeenbreuk, overleed tot overmaat van ramp vader Wim enkele maanden voor het evenement. Anky twijfelde over de zinsvraag van wedstrijden rijden, maar besloot uiteindelijk toch te gaan. In Athene ging al in de landenwedstrijd, die ook voor het individueel klassement meetelt, het een en ander mis. Een paar grote fouten, omdat Salinero van de harde wind en de klikkende camera's schrok, wierp de combinatie terug.

Hoe ga je daarmee om? Ingegeven door Sjef en Anky hun bijzondere gevoel voor het begrijpen van wat het paard beweegt en nodig heeft, kozen ze voor een andere koers in de voorbereidingen dan de concurrentie deed. Ondanks het snikhete weer werd lang en uitgebreid gegaloppeerd tussen de springruiters, waarna de geluiden van klikkende camera's en de door de wind klapperende paraplu's werden geënceneerd. Salinero kreeg zodoende de kans om te wennen dat het niet eng was in deze omstandigheden. Omwaaiende bordjes werden gelaten voor wat ze waren. Een geweldig staaltje calamiteitenmanagement dat onderscheidend bleek. Amazone en paard bleven zich op de eigen handelingen aandacht houden, herstelden zich in de Olympische ring formidabel, om na drie onderdelen en enkele misstappen van de concurrentie alsnog de hoogste trede van het podium te mogen bestijgen.

Omgaan met druk, frustratietolerantie, kalme vastberadenheid en het vermogen om de omstandigheden te accepteren zoals ze zijn, hadden hun werk gedaan. Alles is zoals het is en daar haal je het beste uit om onverdroten je ding te blijven doen. Die realiteitszin en nuchterheid is goud waard. Dat bleek vier jaar later in Beijing opnieuw, toen Anky met Salinero vanuit vrijwel verslagen positie steeds beter ging presteren en de trilogie van Olympisch goud voltooide.

Puurheid.

Andere Tijden Sport programmamaker Kees Jongkind in het radioprogramma Langs de Lijn: "In mijn dankwoord heb ik benoemd dat samenwerken met Anky en Sjef anders is dan wat ik doorgaans in mijn journalistieke werkzaamheden tegenkom. Hun authenticiteit, reflectie en relativiseringsvermogen springt er uit. Soms is het ook confronterend, maar zo puur." Deze woorden kan Peter Murphy als familievriend volmondig beamen. "Het is o.a. wat onze relatie inmiddels al vijftientig jaar zo sterk maakt."